

Zespół Szkolno-Przedszkolny w Baszni Dolnej



**PLAN PRACY SZKOŁY PROMUJĄCEJ ZDROWIE
NA ROK SZKOLNY 2021/2022
„Żyję zdrowo i bezpiecznie”**

Basznia Dolna 2021 r.

A. CZĘŚĆ WSTĘPNA PLANOWANIA w roku szkolnym 2021/2022

1. Problem priorytetowy do rozwiązania:

Mała aktywność fizyczna oraz złe nawyki żywieniowe wśród społeczności szkolnej.

a) Krótki opis problemu priorytetowego (wpisać konkretne dane wg wyników autoewaluacji):

Na podstawie przeprowadzonej w społeczności szkolnej, obserwacji i diagnozy, stwierdzono, że duża grupa uczniów (ok. 50%) dokonuje niewłaściwych wyborów produktów spożywczych niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania organizmu człowieka, nie zna zasad zdrowego, zbilansowanego odżywiania. Uczniowie w ramach drugiego śniadania często przynoszą z domu słodycze. W trakcie spożywania obiadu zauważono, że dzieci oddają niezjedzone surówki, zupy, a dodawane do posiłku owoce nie zawsze są zjadane. Wszyscy respondenci odpowiadali na pytania zamknięte z zakresu znajomości zdrowego odżywiania oraz stosowania się do zaleceń dotyczących zdrowego trybu życia.

Wyniki ankiety nie zawsze dawały pozytywny obraz wiedzy badanych wszystkich grup na temat zdrowego odżywiania. Można było więc wnioskować, że podobnie wygląda wprowadzanie tych zasad do życia codziennego. Dotyczyło to szczególnie prawidłowego komponowania posiłków, właściwej porcji warzyw i owoców w ciągu dnia, unikania fast-foodów, spożywania śniadania w domu oraz zabierania przez dzieci drugiego zdrowego śniadania do szkoły. Przeprowadzono również wywiady i rozmowy z uczniami, nauczycielami i pracownikami niepedagogicznymi na temat aktywności ruchowej. Okazało się, że większość uczniów spędza czas wolny biernie, głównie przed telewizorem lub komputerem. Niektórzy uczniowie niechętnie ćwiczą na zajęciach wychowania fizycznego. Nauczyciele nie mają czasu na uprawianie sportu i spędzanie czasu wolnego na świeżym powietrzu.

b) Uzasadnienie wyboru priorytetu (wpisać: dlaczego go wybrano, kto i na jakiej podstawie dokonał tego wyboru):

Zdrowie jest najważniejsze w życiu człowieka, to dzięki niemu możemy robić wiele ciekawych rzeczy. Należy zatem wyposażyć uczniów w wiedzę i umiejętności sprzyjające dbaniu o swoje zdrowie i zdrowie innych ludzi oraz otaczające środowisko. Dzięki świadomej edukacji zdrowotnej uczniowie będą dokonywać świadomych wyborów sprzyjających zdrowiu. Problem został wybrany przez zespół promocji zdrowia i zaakceptowany przez członków Rady Pedagogicznej, na podstawie wyników autoewaluacji i obserwacji.

2. Przyczyna/y główna/e istnienia problemu:

- większa atrakcyjność, tzw. niezdrowej żywności, łatwość dostępu,
- przesiadywanie przed telewizorem i komputerem zamiast aktywności fizycznej,
- wybór nieodpowiednich programów telewizyjnych (w tym bajek), gier komputerowych, filmów prezentujących agresję słowną i fizyczną,
- złe wzory i nawyki dorosłych (złe odżywianie, alkohol, papierosy, spędzanie czasu wolnego),
- naśladowanie niewłaściwych zachowań kolegów,
- propagowanie złych zachowań w mediach,
- chęć zwrócenia na siebie uwagi,
- brak akceptacji w gronie rówieśników.

3. Rozwiązania dla usunięcia przyczyn/y problemu (podstawa do ustalenia zadań):

- pogadanki dla uczniów na lekcjach z wychowawcami na tematy: zdrowe odżywianie, szkodliwość palenia, spożywania alkoholu, używania środków uzależniających oraz o właściwym wyborze programów telewizyjnych,
- na zebraniach z rodzicami poruszać tematykę dotyczącą zdrowia i aktywności fizycznej,
- wykonanie plakatów o tematyce zdrowotnej,
- zebranie informacyjne dla rodziców przypominające cele programu Szkoły Promującej Zdrowie,
- zachęcenie do rodzinnego spędzania czasu wolnego,
- angażowanie uczniów do udziału w konkursach i zawodach promujących zdrowie,
- udział w programach i kampaniach promujących zdrowy styl życia prowadzonych przez szkołę,
- uczestnictwo w wycieczkach, wyjazdach i innych formach podkreślających aktywność fizyczną,
- zajęcia ze specjalistami,
- zajęcia warsztatowe dla uczniów.

B. Plan działań w roku szkolnym 2021-2022

1. **CEL:** Zwiększenie aktywności fizycznej oraz zmniejszenie złych nawyków żywieniowych w społeczności szkolnej.
2. **Kryterium sukcesu:** Zwiększenie o 20 % aktywności fizycznej wśród uczniów. Zmniejszenie o 10% złych nawyków żywieniowych w społeczności szkolnej.
3. **Sposób sprawdzenia czy osiągnięto cel (sukces):**
 - a) **Co wskaże, że osiągnięto cel?**
 - Wyniki ankiet, obserwacje zespołu promocji zdrowia, wywiady z wychowawca.
 - b) **Jak sprawdzimy, czy osiągnięto cel?**
 - Analiza ankiet ewaluacyjnych,
 - Obserwacja zachowań uczniów,
 - Wywiady z wychowawcami.
 - c) **Kto i kiedy sprawdzi, czy osiągnięto cel? Członkowie zespołu promocji zdrowia oraz wychowawcy klas.**

II. ZADANIA

Zadanie	Forma realizacji	Osoby odpowiedzialne za realizację	Termin	Sposób sprawdzenia wykonania zadania
1. Przygotowanie planu pracy na rok szkolny 2021/2022.	<ul style="list-style-type: none"> – przedstawienie przez koordynatora szkicu planu działań opracowanego przez szkolny zespół promocji zdrowia, – konsultacja programu i przyjęcie propozycji działań zgłaszanych przez nauczycieli, 	koordynatorki	wrzesień	Plan pracy szkoły w zakresie promocji zdrowia.
2. Przekazanie informacji o zadaniach programu społeczności szkolnej.	<ul style="list-style-type: none"> – zamieszczenie informacji o programie „Szkoła Promująca Zdrowie”, planu pracy oraz informacji o podejmowanych działaniach w szkolnym serwisie WWW, – wprowadzenie stałej tablicy „Promocja 	koordynatorki	październik	Monitoring informacji w szkolnym serwisie WWW.

	zdrowia”, dostarczającej wiadomości na temat zdrowego odżywiania,		Aktualności na bieżąco	
3. Zaangażowanie rodziców w działanie.	<ul style="list-style-type: none"> – przedstawienie przez koordynatora informacji o podejmowanych działaniach, – pozyskanie od rodziców propozycji na efektywniejszą współpracę ze szkołą w proponowane działania, – angażowanie rodziców w akcje klasowe i szkolne. 	<p>koordynatorki</p> <p>przedstawienie informacji o podejmowanych działaniach,</p> <p>wszyscy nauczyciele</p>	listopad	Zebranie propozycji rodziców i ustalenie form współpracy.
4. Savoir vivre- zajęcia warsztatowe.	– zasady kulturalnego zachowania się przy stole – warsztaty.	wychowawcy klas	styczeń	Dekoracja stołów do poczęstunku podczas „Wigilii klasowej”

5. Przygotowanie przez każdy zespół klasowy określonego wydarzenia związanego z promocją zdrowia. Opracowanie kalendarium na podstawie Światowych i Ogólnopolskich dni związanych tematyką zdrowotną.	– Wartości odżywcze warzyw,	wychowawcy	wrzesień	Wszystkie wydarzenia wpisy na stronie WWW, galeria zdjęć, prezentacja na stałej gazetce szkolnej.
	– „Jesienna promocja zdrowia”- jesienne kanapki,	wychowawcy	styczeń	
	– Stawiam na śniadanie- ŚNIADANIE DAJE MOC”,	wychowawcy	listopad	
	– Kolorowy talerz- propagowanie dobrych nawyków żywieniowych – pogadanka.	higienistka szkolna	październik/ czerwiec	
	– „Marchewkowy raj”,	wychowawcy	styczeń	
– Wiem co mam w plecaku,	wychowawcy	październik		

	<ul style="list-style-type: none"> – „Co nas może uzależnić” – pogadanka, – Szkolny konkurs „Nałogom Nie!”, – „Walka ze stresem”- pogadanka, – Światowy Dzień Walki z Otyłością- „Cukrzyca –dzieci i dorośli” – pogadanka. 	<p>Pedagog szkolny</p> <p>Koordinatorce</p> <p>Pedagog szkolny</p> <p>Koordinatorce</p>	<p>listopad</p> <p>kwiecień</p> <p>grudzień</p> <p>czerwiec</p>	<p>Informacja dla rodziców dotycząca roli aktywnego udziału uczniów w zajęciach wychowania fizycznego</p>
6. Jestem bezpieczny.	<ul style="list-style-type: none"> – spotkanie z policjantem, – Bezpieczna przerwa, – „Bezpieczni w sieci”. 	<p>wychowawcy, Policjant</p> <p>dylżurujący nauczyciele</p> <p>wychowawcy</p>	<p>wrzesień</p> <p>cały rok</p> <p>marzec, listopad</p>	<p>Informacje na stronie internetowej</p>
	<ul style="list-style-type: none"> – zdobywamy kartę rowerową, – uczy się ratować życie – warsztaty udzielania pierwszej pomocy. 	<p>Hanus Jan</p>	<p>kwiecień</p> <p>luty</p>	<p>Zapis w protokole</p>
7. Dobrze czuję się w szkole.	<ul style="list-style-type: none"> – „Przeciwdziałanie przypadkom stosowania przemocy fizycznej i psychicznej wśród uczniów”- pogadanka. 	<p>Wychowawcy,</p>	<p>luty</p> <p>marzec</p>	<p>Informacje na stronie www</p>
8. Z higieną za pan brat.	<ul style="list-style-type: none"> – pogadanka na temat prawidłowego dbania o zęby, – udział uczniów we fluoryzacji ustnej, – higiena okresu dojrzewania- pogadanka. 	<p>higienistka szkolna,</p> <p>nauczyciel wychowania do życia w rodzinie</p>	<p>styczeń</p> <p>cały rok</p> <p>marzec</p>	<p>Informacja na gazecie szkolnej i stronie WWW.</p>

9. Dbając o Ziemię dbasz o zdrowie	– udział w Sprzątaniu Ziemi.	wychowawcy	wrzesień	Informacja na stronie WWW.
10. Ruch to zdrowie	– wycieczki edukacyjne;	wychowawcy nauczyciele	cały rok	Informacja na stronie WWW.
	– piesze wycieczki; – udział w zawodach sportowych	wychowania fizycznego	cały rok	

11. Reklama zachowań prozdrowotnych w środowisku lokalnym.	– zorganizowanie Pikniku Rodzinnego „Zdrowa Rodzina”, – gry i zabawy integrujące wszystkie pokolenia	nauczyciele edukacji wczesnoszkolnej wychowawcy	maj/ czerwiec	Informacja w szkolnym serwisie WWW.
12. Ewaluacja końcowa.	– obserwacje	Zespół ds. promocji zdrowia	czerwiec	Informacje w szkolnym serwisie WWW.
13. Podsumowanie zrealizowanych zadań.	– przedstawienie rezultatów podjętych działań na podstawie materiałów i sprawozdania Radzie Pedagogicznej, rodzicom.	Zespół ds. promocji zdrowia	czerwiec	Raport końcowy Zapis w protokole
14. Działania długofalowe.	– udział w programach rządowych PROGRAM DLA SZKÓŁ – fluoryzacja, – udział w projekcie edukacyjnym: <i>Wybieram wodę</i> <i>Zdrowo jem więcej wiem</i> <i>Akademia Bezpiecznego Puchatka</i> <i>Śniadanie Daje Moc</i> <u><i>Czyste powietrze wokół nas</i></u>			